आधुनिक एवं परम्परागत खेलों का व्यक्तित्व विकास पर प्रभाव : एक अध्ययन

Impact of Modern and Traditional Sports on Personality Development.

उच्च अध्ययन शिक्षा संस्थान मान्य विश्वविद्यालय

गाँधी विद्या मन्दिर, सरदारशहर

को

पी-एच.डी.(शिक्षा) उपाधि हेतु प्रस्तुत

शोध प्रारूप

शोधकर्ताः

सूर्यकान्त

शोध निर्देशिका :

डॉ. कंचन शर्मा

विभागाध्यक्ष (शिक्षा)

बुनियादी शिक्षक प्रशिक्षण महाविद्यालय (सीटीई)

गांधी विद्या मंदिर, सरदारशहर

जिला-चूरू (राजस्थान) - 331401

2016

शोध – प्रारूप

1.	**शोधकर्ता का नाम**	:	**सूर्यकान्त**
2.	**संस्थान का पता**	:	**उच्च अध्ययन शिक्षा संस्थान मान्य विश्वविद्यालय, गाँधी विद्या मन्दिर, सरदारशहर**
3.	**शोध विषय**	:	**आधुनिक एवं परम्परागत खेलों का व्यक्तित्व विकास पर प्रभाव : एक अध्ययन।** **Impact of Modern and Traditional Sports on Personality Development.**

1. –प्रस्तावना :–

खिलाड़ियों पर खेलों का अलग–अलग प्रभाव दिखायी देता है, खेल से संवेगों पर नियन्त्रण होता है, जिससे आने वाली निराशा, अत्यधिक खुशी या डर में भी अपनी मानसिक स्थिति को स्थिरता प्रदान कर अपनी शारीरिक गतिविधियों को समन्वित करने की क्षमता बढ़ती है और खिलाड़ी के द्वारा की जाने वाली त्रुटियों की संख्या धीरे–धीरे कम होती जाती है और आगे चल कर जीत की संभावना बढ़ जाती है जिससे भावी जीवन के प्रति सम्यक भावना का विकास होता है।

खेल का परिणाम व्यक्तिगत भिन्नता के कारण अलग–अलग व्यक्तित्व पर अलग–अलग पड़ता है। शारीरिक भिन्नता के प्रकार में कोमलता होने के कारण छात्राओं में उसी प्रकार के खेलों की ओर आकर्षण अधिक होता है। खेल भावना छात्राओं को सिखाती है कि सभी की भावनाओं का सम्मान करें। संवेगात्मक पक्ष मनुष्य का बहुत ही अहम् होता है स्वभाव का निर्माण करने में मनुष्य की भावना, मूल्य और कर्तव्य इन तथ्यों को स्पष्ट करता है। जीवन में संवेगात्मक स्थिरता का बहुत महत्त्व है, इससे व्यवहार, आचार–विचार

और मनुष्यगत वृति अधिक अच्छी होती है। क्रीड़ा का प्रत्येक भाग संवेग से जुड़ा होता है। संवेगात्मक पक्ष को मजबूती प्रदान करने के लिए खेल का अनन्य महत्त्व है। खेल के माध्यम से संवेगों पर नियन्त्रण करना सीखा जा सकता है। अनेक प्रकार के दुःख, परेशानी, घबराहट, खुशी या क्रोध का इलाज मनुष्य द्वारा संभव है। वैचारिक संवेग, व्यावहारिक संवेग का आचरण मनुष्य की मनुष्यता को प्रभावित कर उसे नैतिकता का ज्ञान देता है। खेल में बड़ी शक्ति होती है, एक ओर संवेगावस्था में साधारण–सा मनुष्य भी असाधारण कृत्य कर गुजरता है वहीं दूसरी ओर अदम्य उत्साही, साहसी मनुष्य कठिन संवेग को नियन्त्रित न करते हुए वाचाल या गूँगा बनकर शून्य को निहारता है और अपना विवेक खो देता है।[1]

शरीर के लिये पहली आवश्यकता मनुष्य का स्वास्थ्य है। स्वास्थ्य को बनाये रखने मे ंखेल का महत्त्वपूर्ण एवं विशेष योगदान है। यदि मनुष्य नियमित रूप से खेलता रहे तो उसका शरीर ह्रष्ट–पुष्ट, शक्तिशाली, सुन्दर एवं निरोग बना रहेगा। यदि बच्चे न खेलें तो उनका जीवन नीरस बन जायेगा। जीवन में विभिन्न प्रकार के खेल छात्राओं के शारीरिक विकास में सक्रिय भूमिका का निर्वाह करते हैं। क्योंकि क्रियाशीलता विकास के लिये उतनी ही आवश्यक है, जितना कि विश्राम एंव भोजन। खेल के माध्यम से बालक अपने जीवन में उत्पन्न कुण्ठाओं एवं निराशाओं की अभिव्यक्ति करता है फलस्वरूप उसका मानसिक द्वन्द्व एवं विकृतियों का मार्गान्तर हो जाता है जो कि उसके ह्रदय में उत्पन्न होती रहती है और इस प्रकार उसके जीवन में आनन्द के साथ अतिरिक्त जीवन शक्ति का विकास भी सम्भव होता है। इसीलिये जरसील्ड ने खेल के संबंध में कहा है कि – ''खेल के द्वारा बालक अपनी क्षमताओं एवं योग्यताओं की जांच कर सकता है।'' अंग्रेजी की यह लोकोक्ति– ''खेल के मैदान खुले कक्षालय हैं।'' भी खेल के महत्त्व को स्पष्ट करती है। अनेक अनुसंधानों के आधार पर अब यह निर्विवाद सिद्ध हो गया है कि खेल का शारीरिक, मानसिक व सामाजिक महत्त्व है।

2. अध्ययन का महत्व :–

खेल मानव जीवन के विकास का आधार एवं बाल जीवन का प्राण तत्व और मूल अधिकार है। खेल के माध्यम से बालक–बालिकाएँ अपनी नैसर्गिक प्रवृत्तियों एवं अपने संवेगों के प्रबन्धन को उत्तम दिशा देते हैं। सर्वसिद्ध तथ्य है कि खेलों का महत्त्व मानव जीवन में अनेक दृष्टिकोणों से शिक्षात्मक उपागम के रूप में है। मानवीय मूल्य, भावनात्मक

[1] पाण्डे, योगेन्द्र, ''क्रिड़ा मनोविज्ञान'', (1996) पृ. सं. 41

विकास, धैर्य, अनुशासन, मित्रता, सहयोग एवं ईमानदारी जैसे गुण, उपदेशों से अधिक बालक–बालिकाएँ खेलों के माध्यम से सहज रूप से सीख लेते हैं। इसीलिए मारिया मॉन्टेशरी, गिजू भाई जैसे शिक्षाविद् बालक–बालिकाओं को खेलों के माध्यम से शिक्षा देने के प्रबल हिमायती रहे हैं, हो भी क्यों नही क्योंकि खेल सीखने–सिखाने के वातावरण निर्माण को दिशा देने के साथ–साथ अन्य जीवन कौशलों को स्वभाव में बालक–बालिकाओं में प्रतिस्थापित कर देते हैं। अतः खेल विद्या अर्जन की दृष्टि से, स्वविकास की दृष्टि से दोहरे लाभ रूपी उपागम हैं। इसी विचारधारा निमित्त मैक्डूगल, रॉस एवं टी.पी.नन जैसे विचारकों का प्रबल मत रहा है कि खेल बाल जीवन में संरक्षा, अभिवृद्धि और विकास, आनन्द, स्फूर्ति, सृजनात्मकता एवं जीवन मूल्यों के स्वाभाविक विकास के आधार हैं।

इस सम्बन्ध में प्रसिद्ध शिक्षा शास्त्री रॉस का कथन एक दम समीचीन है कि ''वास्तव में खेलरूपी सीखने के सिद्धान्तों में शिक्षा की वे समस्त विधियाँ आ जाती हैं जिनसे प्रसन्नतापूर्ण, स्वतःस्फूर्ति, सृजनात्मक कार्य की भावना का पोषण होता है और उसके क्रियात्मक उदाहरण अनन्त हैं।''[2]

इस प्रकार स्पष्ट है कि खेल मानव जीवन की एक क्रिया एवं रचनात्मक प्रवृत्ति है, जो स्वाभाविकता, स्वतन्त्रता एवं आनन्द के लक्षणों के द्वारा अनुभव की जाती है। इसी सन्दर्भ में आधुनिक शिक्षा शास्त्रियों का मत है कि बालक–बालिकाओं को खेलों द्वारा शिक्षा प्रदान करनी चाहिए। खेल द्वारा शिक्षा पद्धति के सिद्धान्त पर ही शिक्षा जगत में भ्रमण शिक्षण, सरस्वती यात्राएँ, प्रोजेक्ट पद्धति, स्काऊट, आन्दोलन एवं सुरक्षा व सेवा शिक्षा यानि की एन.सी.सी., एन.एस.एस. जैसे उपागम प्रचलित हैं। गुरूदेव रविन्द्रनाथ टैगोर भी बालकों की शिक्षा के लिए उनकी नैसर्गिक प्रवृत्तियों का प्रयोग करने के हिमायती थे। उनका मानना था कि ''पेड़ों पर चढने, तालाबों में डुबकियाँ लगाने, मैदानों में खेलने, फूलों को तोड़ने व बिखेरने और प्रकृति माता के साथ नाना प्रकार की शैतानियाँ करने से बालकों के शरीर का विकास, मस्तिष्क का आनन्द और बचपन के स्वाभाविक आवेगों को सन्तुष्टि प्राप्त होती है।''[3]

3. <u>अध्ययन का औचित्य</u> :–

किसी भी खिलाड़ी से यह अपेक्षा की जाती है कि वह शारीरिक रूप से तत्पर, शक्तिशाली, सहनशील, लचीला और सतर्क हो। इसके साथ ही उसमें कर्त्तव्यनिष्ठा,

[2] गुप्ता राम बाबू , ''शिक्षा दर्शन'' रतन प्रकाशन मन्दिर आगरा, (1992), पृ. सं. 74
[3] गुप्ता राम बाबू , ''शिक्षा दर्शन'' रतन प्रकाशन मन्दिर आगरा, (1992), पृ. सं. 128

जिम्मेदारी का बोध, निर्भरता, अनुशासन, ईमानदारी तथा विश्वसनीयता जैसे–मानसिक और नैतिक गुण भी हो। इन सभी गुणों के परिणामस्वरूप खिलाड़ी में अदम्य इच्छा का जन्म होता है जो उसमें संकल्प, साहस, नेतृत्व, आत्मविश्वास तथा आत्मनियन्त्रण जैसे गुणों का प्रादुर्भाव करती है।

आधुनिक एवं परम्परागत दोनों ही प्रकार के खेल अपने–अपने स्थान पर महत्त्व रखते हैं। प्रस्तुत अध्ययन में भारतीय खेलों को परम्परागत खेलों में लिया जायेगा तथा पश्चिमी खेलों को आधुनिक खेल माना जायेगा।

अतः कहा जा सकता है कि भले ही बालक विद्यालय में कुछ सीख न पाए लेकिन उसे खेलने के लिए पर्याप्त समय मिलना चाहिए। क्योंकि खेल एक ऐसी आनन्ददायक प्रक्रिया है जो अपने ही लक्ष्य से क्रियान्वित होती है तथा किसी भी अन्तिम लक्ष्य की प्राप्ति भावी सन्तुष्टि पर निर्भर नहीं रहती है। इसी प्रकार खेल एक शारीरिक व मानसिक प्रक्रिया है जो कि अपने लक्ष्य से निर्धारित होते हैं और व्यक्ति के लिए इसका मुख्य उद्देश्य आनन्द प्राप्त करना होता है और उसके गम्भीर उद्देश्यों और लक्ष्यों से विलग रहना है जिसमें कि व्यक्ति हमेशा खोया रहता है।

आधुनिक एवं परम्परागत खेलों से सम्बन्धित अलग–अलग चरों पर पूर्व में अनेक शोधकर्त्ताओं द्वारा अध्ययन किया गया है। परन्तु अभी तक ऐसा कोई भी शोधकर्त्ता प्रकाश में नहीं आया हैं जिसने विशुद्ध रूप से आधुनिक एवं परम्परागत खेलों का व्यक्तित्व पर प्रभाव का अध्ययन किया हो। अनुसंधानकर्ता ने इस अछुते पहलु के औचित्य की प्रासंगिकता को ध्यान में रखते हुए आधुनिक एवं परम्परागत खेलों का व्यक्तित्व पर प्रभाव का अध्ययन अपने अनुसंधान हेतु शोधकार्य के रूप में चयनित किया है।

4. अध्ययन के उद्देश्य :–

1. आधुनिक एवं परम्परागत खेलों की सूची तैयार करना।
2. आधुनिक खेलों का शारीरिक विकास पर प्रभाव का अध्ययन करना।
3. परम्परागत खेलों का शारीरिक विकास पर प्रभाव का अध्ययन करना।
4. आधुनिक खेलों का मानसिक विकास पर प्रभाव का अध्ययन करना।
5. परम्परागत खेलों का मानसिक विकास पर प्रभाव का अध्ययन करना।
6. आधुनिक खेलों का सांवेगिक विकास पर प्रभाव का अध्ययन करना।

7. परम्परागत खेलों का सांवेगिक विकास पर प्रभाव का अध्ययन करना।
8. आधुनिक एवं परम्परागत खेलों का व्यक्तित्व विकास पर प्रभाव का अध्ययन करना।

5. अध्ययन के परिकल्पना :–

1. आधुनिक खेलों का शारीरिक विकास पर कोई प्रभाव नहीं पड़ता है।
2. परम्परागत खेलों का शारीरिक विकास पर कोई प्रभाव नहीं पड़ता है।
3. आधुनिक खेलों का मानसिक विकास पर कोई प्रभाव नहीं पड़ता है।
4. परम्परागत खेलों का मानसिक विकास पर कोई प्रभाव नहीं पड़ता है।
5. आधुनिक खेलों का सांवेगिक विकास पर कोई प्रभाव नहीं पड़ता है।
6. परम्परागत खेलों का सांवेगिक विकास पर कोई प्रभाव नहीं पड़ता है।
7. आधुनिक एवं परम्परागत खेलों का व्यक्तित्व विकास पर कोई प्रभाव नहीं पड़ता है।

6. सम्बन्धित साहित्य का पुनरावलोकन :–

दुबे, लक्ष्मीनारायण (1995)[4] ने ''खिलाड़ियों के समायोजन एवं नेतृत्व गुणों का अध्ययन'' विषय पर शोधकार्य किया। शोध के निष्कर्ष में पाया गया कि– सामूहिक खेल के खिलाड़ियों का गृह, स्वास्थ्य, संवेगात्मक और समायोजन एकल खेलों के खिलाड़ियों की अपेक्षा अधिक अच्छा पाया परन्तु शैक्षिक क्षेत्र के समायोजन में कोई सार्थक अन्तर नहीं पाया। कुल समायोजन की दृष्टि से सामूहिक खेलों के खिलाड़ी, एकल खेलों के खिलाड़ियों से अधिक अच्छे पाये गये। सामूहिक खेलों के खिलाड़ियों में एकल खेलों के खिलाड़ियों की अपेक्षा, खिलाड़ी भावना, जोखिम उठाने की क्षमता, उत्तरदायित्व, आत्मविश्वास और दृढ़ संकल्प सम्बन्धी गुणों में श्रेष्ठता पायी गयी। जबकि दोनों प्रकार के खिलाड़ियों में चरित्र एवं बौद्धिक योग्यता में कोई सार्थक अन्तर नहीं पाया गया। सामूहिक खेलों के खिलाड़ी एकल खेलों के खिलाड़ियों की अपेक्षा उत्तम पाये गये।

नारायण (1995)[5] के अनुसार भारत के उपराष्ट्रपति ने बताया कि खेलों की आवश्यकता स्वास्थ्य की दृष्टि से अति महत्त्वपूर्ण है, अतः खेल से स्वास्थ्य रक्षा करना, इस विषय को

[4] दुबे, लक्ष्मी नारायण, ''भारतीय शिक्षा शोध पत्रिका'', (जूलाई–दिसम्बर, 1995) पृ. सं. 109–114
[5] Sixth Survey of Educational Research (1993-2000) Page No. 94

विशेष महत्त्व दिया जाना चाहिए। खेलों का आधुनिकीकरण सामूहिक प्रयास से एवं उत्साहवर्धन से खेल भावना का विकास किया जा सकता है। अतः यह विषय अति महत्त्वपूर्ण है।

सिंह (1997)[6] ने दिल्ली में जातीय अधारित शोधकार्य किया जिसमें पाया कि अन्य जातियों के सापेक्ष जाट लड़कों में खेल भावना उच्च स्तर की पायी जाती है और उनका शरीर उनकी भावना के अनुरूप विकास करता है और शारीरिक संगठन इस प्रकार का बन जाता है कि वे खेलों में अधिक दक्षता प्राप्त करते हैं।

शर्मा एवं गौतम (2000)[7] के अध्ययन के अनुसार सरकार की नई खेल नीति उस अन्तिम खिलाड़ी के लिए लाभकर सिद्ध होती है चाहे वह खिलाड़ी पुरूष हो या स्त्री हो दोनों में इससे खेल भावना का विकास हो सकेगा और देश को अच्छे खिलाड़ी मिलेंगे।

वर्मा, मनीषा (2004)[8] ने ''उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की दैनिक प्रार्थना, बालसभा एवं खेलकूद सम्बन्धी समस्याओं का अध्ययन।'' विषय पर शोध सम्पन्न करते हुए बताया कि– विद्यार्थियों में दैनिक प्रार्थना से सम्बन्धित समस्याएं हैं और दैनिक प्रार्थना के प्रति छात्र एवं छात्राओं की अभिवृत्ति औसत हैं। छात्राओं की दैनिक प्रार्थना अभिवृत्ति छात्रों से अव्वल पाई गई। विद्यालयों में खेलकूद से सम्बन्धित समस्याएँ हैं। छात्र व छात्रा दोनों की अभिवृत्ति खेलकूद में उच्च पाई गई। छात्राओं की अपेक्षा छात्रों की अभिवृत्ति अव्वल पाई गई। दैनिक प्रार्थना के प्रति अभिवृति बढ़ने से आम सभा के प्रति भी अभिवृत्ति सामान्य रूप से बढ़ती हैं। दैनिक प्रार्थना तथा खेलकूद के प्रति अभिवृत्ति में सह–सम्बन्ध सामान्य है अर्थात् दैनिक प्रार्थना के प्रति अभिवृत्ति बढ़ने से खेलकूद के प्रति भी अभिवृत्ति सामान्य रूप से बढ़ती हैं।

कुमार, श्रवण (2007)[9] ने लैंगिक भिन्नता के सन्दर्भ में बच्चों की खेल की उपलब्धियाँ और उनके माता–पिता की खेल भावनाओं के सम्बन्ध में वर्णनात्मक सर्वेक्षण विधि को अपनाते हुए 100 विद्यार्थियों को आनुपातिक यादृच्छिक न्यादर्श विधि से चयनित कर निष्कर्ष स्थापित किया कि बालिकाओं की खेल की उपलब्धि और उनके माता–पिता की खेल भावनाओं के बीच सार्थक सम्बन्ध नहीं है। इसी प्रकार बालकों की खेल उपलब्धि तथा उनके माता–पिता की खेल भावना में सार्थक सम्बन्ध नहीं है।

---

[6] Sixth Survey of Educational Research (1993-2000) Page No. 97

[7] Sixth Survey of Educational Research (1993-2000) Page No. 98

[8] वर्मा, मनीषा, ''लघुशोध प्रबन्ध'', एम.एड. उच्च अध्ययन शिक्षण संस्थान, मान्य विश्वविद्यालय गां.वि.म. सरदारशहर (2004) पृ.सं. 95

[9] परिप्रेक्ष्य, राष्ट्रीय शैक्षिक योजना एवं प्रशासन विश्वविद्यालय (निपा), नई दिल्ली, वर्ष 14 अंक 01, अप्रेल–2007, पृ.सं. 104–112

शुक्ला, राजवीर (2011)[10] "माध्यमिक विद्यालयों के खेल में भाग लेने एवं भाग नहीं लेने वाले विद्यार्थियों के व्यक्तित्व एवं खेल भावना का तुलनात्मक अध्ययन'' विषय पर शोधकार्य किया। इन्होंने अपने शोध के निष्कर्ष में पाया कि खेलों में भाग लेने वाले तथा भाग न लेने वालों के व्यक्तित्व गुणों में अन्तर होता है। खेल में भाग लेने वाले समायोजनशील, सामाजिक रूप से श्रेष्ठ होते है। छात्रों की अपेक्षा छात्राओं में खेलभावना अधिक पाई गई।

८. अध्ययन का परिसीमन :-

1. प्रस्तुत शोध आधुनिक एवं परम्परागत खेलों की सूची तैयार करने हेतु चूरू जिले की तारानगर एवं सरदारशहर तक सीमित रखा जायेगा।
2. प्रस्तुत शोध के प्रायोगिक कार्य हेतु जिले के उच्च माध्यमिक विद्यालय तक ही सीमित रखा जायेगा।
3. आधुनिक खेलों में क्रिकेट एवं टेनिस तथा परम्परागत खेलों में कबड्डी एवं कुश्ती खेलों पर प्रायोगिक कार्य किया जायेगा।

९. शोधविधि :-

प्रस्तुत शोध में उद्देश्य एवं परिकल्पनाओं को ध्यान में रखते हुए शोधकर्त्ता द्वारा दत्त संकलन हेतु प्रयोगात्मक शोध विधि सर्वेक्षणात्मक शोध व विवरणात्मक विधि का प्रयोग किया जायेगा। इस प्रकार प्रस्तुत शोध गुणात्मक तथा मात्रात्मक अर्थात् मिश्रित शोध विधि का प्रयोग किया जायेगा।

१०. उपकरण :-

1. आधुनिक एवं परम्परागत खेलों का व्यक्तित्व विकास पर प्रभाव का पूर्व परख – स्वनिर्मित
2. आधुनिक एवं परम्परागत खेलों का व्यक्तित्व विकास पर प्रभाव का पश्च परख – स्वनिर्मित

[10] शुक्ला, राजवीर (2011) ''शोध प्रबन्ध'', पी-एच.डी. उच्च अध्ययन शिक्षा संस्थान मान्य विश्वविद्यालय, गाँधी विद्या मन्दिर सरदारशहर।

11- प्रस्तावित शोध प्रबन्ध का अध्याय क्रम :-

प्रस्तावित शोध प्रबन्ध का अध्याय क्रम :-

प्रथम अध्याय :- अध्ययन की पृष्ठभूमि।

द्वितीय अध्याय :- संबंधित साहित्य का अध्ययन।

तृतीय अध्याय :- शोध विधि एवं प्रक्रिया।

चतुर्थ अध्याय :- सारणीयन एवं दत्त विश्लेषण।

पंचम अध्याय :- निष्कर्ष एवं सुझाव तथा कार्ययोजना।

12. शोधकार्य में लगने वाला समय :-

प्रस्तुत शोधकार्य पूर्ण करने में अनुमानित दो वर्ष का समय लगेगा, जिसका विवरण निम्नलिखित प्रकार से किया जा रहा है :-

क्र.सं.	शोधकर्ता द्वारा किये जाने वाले शोधकार्य	अनुमानित समय
1	प्रथम अध्याय	4 माह
2	द्वितीय अध्याय	4 माह
3	तृतीय अध्याय	4 माह
4	चतुर्थ अध्याय	4 माह
5	पंचम अध्याय	4 माह
6	टंकण एवं बाईडिंग	4 माह
	कुल अवधि	**24 माह**

BIBLIOGRAPHY

1. ओड, लक्ष्मीलाल के. (1994) ''शिक्षा की दार्शनिक पृष्ठभूमि'', राजस्थान हिन्दी ग्रन्थ अकादमी जयपुर, पृष्ठ संख्या 78
2. धांगड़, श्रीचन्द (1971) ''अच्छे खिलाड़ी तथा न खेलने वाले किशोर छात्रों का दुश्चिन्ता परिणाम'' एम.एड. राजस्थान विश्वविद्यालय, जयपुर, पृ.सं. 89
3. गुप्ता, बी.पी. (1969) ''परसेनेलिटि करेक्टरिस्टि्क्स ऑफ हॉकी चैम्पियन्स'', आई. एस.टी.एच.पी.आर.जनरल,, पृष्ठ संख्या 15 से 20
4. त्यागी, जी. एस. डी. (1994) "शिक्षा के दार्शनिक एवं सामाजिक आधार" विनोद पुस्तक मंदिर आगरा, पृष्ठ संख्या 42
5. पाण्डेय, रामशक्ल (1992) ''"शिक्षा की दार्शनिक एवं सामाजिक पृष्ठभूमि" विनोद पुस्तक मंदिर आगरा, पृष्ठ संख्या 44
6. शर्मा, सत्यप्रकाश (1998) ''बच्चे और खेल'', वरिष्ठ प्रकाशन सहायक, शिविरा पत्रिका, पृष्ठ संख्या 17
7. शास्त्री, ऋचा'' (2005) ''विद्यालयों मे दी जाए बच्चों को संस्कारों से युक्त शिक्षा'', संस्कार युक्त शिक्षा सी–199, शास्त्री कॉलोनी, डुंगरपूर, पृष्ठ संख्या 3
8. वर्मा, मनीषा (2004) ''उच्च माध्यमिक स्तर के विद्यार्थियों की प्रार्थना, बालसभा, खेलकूद सम्बन्धी, समस्याओं का अध्ययन'' एम. एड.., आई.ए.एस.ई. विश्वविद्यालय सरदारशहर।

शोध प्रारूप की स्वीकृति हेतु अनुमोदन

शोध निर्देशिका के हस्ताक्षर शोधकर्ता के हस्ताक्षर